



INSTITUT DU BIEN VIEILLIR KORIAN

**Communiqué de presse**  
Paris, le 11 décembre 2013

## **Quand vieillir rime avec plaisir : vers la fin des idées reçues ?**

*A l'occasion de son lancement, l'Institut du Bien Vieillir Korian révèle les résultats de sa première étude « âge et plaisir ». Menée par Ipsos auprès des personnes âgées de 65 ans et plus, elle permet de mieux comprendre la relation au plaisir des seniors et les leviers du plaisir. Comment se sent-on quand on vieillit ? Se fait-on encore plaisir ?*

*Par ailleurs, afin d'étudier les différences de perception entre les seniors et le reste de la population, l'étude s'est intéressée aux personnes âgées de 15 à 64 ans : ont-ils le sentiment que leurs aînés peuvent encore se faire plaisir à leur âge ? A leur avis, comment se divertissent-ils aujourd'hui ?*

### **Les seniors subissent beaucoup moins leur vie que le reste des Français**

Pour de nombreux seniors, vieillir n'est plus une fatalité : **91% déclarent bien vivre**, voire même vivre très bien pour 24% d'entre eux. Par ailleurs, **77% des seniors ont le sentiment de paraître plus jeunes qu'ils ne le sont**. L'impression de faire « moins que son âge » se renforce même avec les années : si 68% des 65-69 ans ont ce sentiment, ils sont 86% chez les personnes de plus de 80 ans. Seuls 19% pensent qu'ils « font leur âge » et 4% « plus que leur âge ».

Cette attitude décomplexée face au temps qui passe s'explique par le fait que les seniors se sentent en bonne santé physique (87%) et psychologique (97%). **Surtout, ils ont le sentiment de maîtriser pleinement le déroulement de leur vie** : la majeure partie d'entre eux (59%) indique ainsi avoir le contrôle de la manière dont celle-ci se déroule, contre seuls 40% des Français âgés de 18 ans et plus.

Contrairement aux idées reçues, les seniors ne se **sentent pas isolés et s'estiment même bien entourés** : ils ont des contacts réguliers avec leur famille (77%), leurs amis (69%) et leurs voisins (60%), et 90% d'entre eux déclarent ne pas souffrir de grande solitude.

Malgré tout, 10% des seniors déclarent avoir un moment de solitude intense au moins un jour sur deux (14% chez les personnes de 80 ans et plus).

### **Se faire plaisir jusqu'à la fin de sa vie**

**83% des plus de 65 ans assurent ainsi que la vie est pour eux une source de plaisir** (ils sont 78% à l'affirmer chez les plus de 80 ans) et quand on leur demande jusqu'à quel âge on peut se faire plaisir, la majorité place le curseur au-delà de 80 ans (82 ans en moyenne). 18% d'entre eux estiment que la vie procure du plaisir même après 90 ans.

A l'inverse, **seuls 51% des 15-64 ans considèrent que la vie est encore une source de plaisir** pour la plupart des personnes âgées.

Enfin, les seniors estiment que l'avenir leur réserve encore des moments de bonheur : 28% déclarent qu'ils vivront encore beaucoup de moments de plaisir et 45% qu'ils en vivront encore, même si c'est moins qu'aujourd'hui.

### La retraite : la plus belle période de la vie?

L'étude révèle également que **la retraite est la période durant laquelle il est plus facile de se faire plaisir**. Ainsi, pour 64% d'entre eux, c'est lorsqu'on est jeune retraité (46%) ou grands-parents (15%) qu'il est le plus aisément de se faire plaisir. Seuls 8% estiment que c'est lorsqu'on est enfant, adolescent ou étudiant, 15% que c'est quand on s'installe et 16% quand on a des enfants.

A contrario, 29% des 15-64 ans considèrent le moment où l'on s'installe comme la période la plus propice pour se faire plaisir. Ils restent persuadés que c'est autour de la trentaine qu'on vit le plus de moments de plaisir.

### Des sources multiples de plaisir

Parmi les activités que les seniors aiment faire et pratiquent autant qu'ils en ont envie, l'actualité et les médias figurent en bonne position, qu'il s'agisse de regarder la télévision (73%), d'écouter la radio (56%) ou de lire le journal (54%).

**Mais ils apprécient également faire un bon repas chez eux, en famille ou avec des amis (44%) ou rien que pour eux (36%), ou encore boire un verre de vin (40%).**

Le lien social occupe une place importante : **la famille (67%), les amis (44%) et les voyages (35%)** sont les trois plaisirs que les seniors apprécient le plus, même s'ils ne peuvent s'offrir ces moments aussi souvent qu'ils le veulent. Des sources de plaisirs que les plus jeunes identifient relativement bien.

En revanche, les plus jeunes surestiment l'importance des relations que les seniors entretiennent avec leurs petits-enfants : **45% des 15-64 ans estiment que la plupart des personnes âgées vivent leurs meilleurs moments de plaisir avec leurs petits enfants**, alors que c'est avec leur conjoint que les seniors partagent le plus de moments de plaisir (43%). Les petits enfants n'arrivent qu'à la 3<sup>e</sup> place (16%).

Pour autant, les relations avec leurs enfants et petits-enfants sont un plaisir dont les seniors estiment être trop souvent privés, surtout quand ils vieillissent : qu'il s'agisse des discussions avec leurs enfants sur des sujets sérieux pour les conseiller (45%), et du temps passé avec leurs petits-enfants (43%).

Parallèlement, l'étude révèle que **certains plaisirs, souvent associés aux personnes âgées, n'en sont pas**. En effet, parmi les activités que les seniors ne font pas parce qu'ils n'aiment pas le faire figurent : **jouer à des jeux de sociétés (40%), tricoter (32%) ou avoir des loisirs créatifs (30%)**.

**A l'inverse, 36% des seniors interviewés déclarent aimer avoir des relations sexuelles mais ne le font pas autant qu'ils le voudraient, tandis que plus d'un senior sur dix continue d'avoir une sexualité épanouie (13%). Même chez beaucoup de seniors de plus de 80 ans, le désir sexuel est toujours présent (29%).**

L'ensemble des résultats est disponible sur demande auprès de l'agence.

#### **Méthodologie de l'enquête**

L'enquête a été réalisée du 13 au 21 novembre 2013, auprès d'un échantillon de 1 001 personnes représentatives de la population française âgée de 65 ans et plus et de 1 002 personnes représentatives de la population française âgée de 15 à 64 ans. La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas appliquée aux variables de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle de la personne de référence, de la région et la catégorie d'agglomération.

#### **A propos de l'Institut du Bien Vieillir Korian**

Créé à l'initiative de Korian, leader européen du bien vieillir, l'Institut du Bien Vieillir s'est fixé une double mission : créer une prise de conscience collective auprès de l'opinion publique quant à la réalité de l'avancée en âge et renforcer les connaissances sur les enjeux de l'avancée en âge et du Bien Vieillir, au service de l'intérêt général.

En réunissant des médecins, des professionnels du grand âge, mais aussi des sociologues, des journalistes, des designers, des responsables d'association et des retraités, l'Institut du Bien Vieillir Korian se penche sur les solutions spécifiques à apporter aux personnes âgées et à leur entourage, tout en explorant la notion du bonheur de vieillir.

#### **Contact presse :**

Charles COLLET, Agence Babel

Tél. +33 (0)1 53 00 11 18

[charles.collet@agencebabel.com](mailto:charles.collet@agencebabel.com)